യോഗവാസിഷ്ഠഃ/പ്രകരണമ് 5✓
(ഉപശമ+പ്രകരണമ്)/സർഗം 05✓

ശ്രീവസിഷ്ഠ ഉവാച .

ഇദ/മുത്തമ-സിദ്ധാന്ത/സുന്ദരം സുന്ദരാ-കൃതേ .
ഉപശാന്തി+പ്രകരണം ശ്രൃണു+ഷ്വാവ-ഹിതോ ഹിതമ് .. 1

ദീർഘസംസാര-മായേയം രാമ രാജസ-താമസൈഃ .
ധാ+ര്യതേ ജന്തുഭിർ/നിത്യം സുസ്/തമ്ഭൈ/രിവ മണ്ഡപഃ .. 2

സ+ത്ത്വ+സ്യ/ജാതിഭിർ/ധീരൈസ്/ത്വാദൃശൈർ/ഗുണ-ബൃംഹിതൈഃ .
ഹേലയാ+ ത്യജ്യതേ പക്വാ/ മായേയൻ ത്വഗിവോ-രഗൈഃ .. 3

യേ സത്ത്വ-ജാതയഃഫ് പ്രാജ്ഞാസ്/തഥാ രാജസ-സാത്ത്വികാഃ .
വിചാരയന്തി തേ സാധോ/ ജഗത്/പൂർവ-പരമ്പരാമ് .. 4

ശാസ്ത്ര-സജ്ജന-സത്കാര്യ/സങ്ഗേ-നോപ-ഹതൈ/നസാമ് .
സാരാവ-ലോകിനീ ബുദ്ധിർ/ജായതേ ദീപികോപമാ .. 5

സ്വയമേവ വിചാരേണ വിചാ+ര്യാത്മാന-മാത്മനാ .
യാവ+ന്നാധി-ഗതംഞ്ച്. ജ്ഞേയൻ ന താവ-ദധി-ഗമ്യതേ .. 6

പ്രജ്ഞാവതാൻ നയവതാൻ ധീരാണാംങ് കുല-ശാലിനാമ് .
ജാത്യാ രാജസ-സത്ത്വാനാം മുഖ്യസ്ത്വം രഘുനന്ദന .. 7

സ്വയമാ-ലോകയ+ പ്രാജ്ഞ/ സംസാ-രാരമ്ഭ/ദൃഷ്ടിഷു .
കിം സത്യംങ് കിമ-സത്യംവ് വാ/ ഭവ സത്യ-പരായണഃ .. 8

ആദാവന്തേ ച യ+ന്നാസ്തി കീദൃശീ തസ്യ/ സത്യതാ .
ആദാവന്തേ ച യ+ന്നിത്യൻ ത+ത്സത്യൻ നാമ നേതരത് .. 9

ആദ്യന്താ-സന്മയേ യസ്യ/ വസ്തുന്യാ/സജ്ജതേ മനഃ .
തസ്യ മുഗ്ധ/പശോർ/ജന്തോർ/വിവേകഃഖ് കേന ജ+ന്യതേ .. 10

ജായതേ മന ഏവേഹ മന ഏവ വിവർധതേ .
സമ്യഗ്/ദർശന-ദൃഷ്ട്യാ-തു/ മന ഏവ ഹി മുച്യതേ .. 11

ശ്രീരാമ ഉവാച .
ജ്ഞാത-മേത+ന്മയാ+ ബ്രഹ്മ/+ന്യഥാസ്മിൻ/ഭുവനത്രയേ .
മന ഏവ ഹി സംസാരി-ജരാ-മരണ-ഭാജനമ് .. 12

യസ്/ത+സ്യോ+ത്ത-രണോ-പായസ്/തന്മേ+ ബ്രൂഹി സുനി+ശ്ചിതമ് .
ഹാർദംൻ തമസ്/ത്വയാർകേണ രാഘവാണാംവ് വിനാശ്യതേ .. 13

ശ്രീവസിഷ്ഠ ഉവാച .

പൂർവം രാഘവ ശാസ്ത്രേണ/ വൈരാഗ്യേണ പരേണ ച .
തഥാ സജ്ജന-സങ്ഗേന നീയതാം പുണ്യതാം മനഃ .. 14

സൗജ+ന്യോപ-ഹിതംഞ്ച് ചേതോ യദാ വൈരാഗ്യ-മാഗതമ് .
തദാനു-ഗമ്യാ ഗുരവോ വിജ്ഞാന-ഗുരവോ്/പിയേ .. 15

തതസ്/തസ്യോപ-ദിഷ്ടേന കൃത്വാ+ ധ്യാനാർച/നാദികമ് .
ക്രമേണ പദ-മാപ്നോതി ത+ദ്യത്/പരമ-പാവനമ് .. 16

വിചാ-രേണാവ-ദാതേന പ+ശ്യ+ത്യാ+ത്മാന-മാത്മനാ .
ഇന്ദുനാ ശീതലേ-നാന്തർ/വിശ്വംങ്ഖമിവ തേജസാ .. 17

താവദ്/ഭവ-മഹാമ്/ഭോധൗ ജനസ്/തൃണവ-ദു+ഹ്യതേ .
വിചാര-തട-വിശ്രാന്തി/മേതി യാവന്ന ചേതസാ .. 18

വിചാരേണ പരി+ജ്ഞാത/വസ്തുനോ്+സ്യ ജന+സ്യ ധീഃ .
സർവാ-നധഃഖ്/കരോ+ത്യാധീൻഥ്.സൗ+മ്യാമ്ഭ ഇവ വാലുകാഃ .. 19

ഇദം രുക്മ-മിദം ഭസ്മ പരി+ജ്ഞാത-മിതി+ സ്ഫുടമ് .
ന യഥാ ഹേമ-കാരസ്യ ഹേമ+ജ്ഞാനാത്മ-നസ്തഥാ .. 20

അ+ക്ഷ/യോ്യം മനാ-ഗാത്മാ+ സ്വാത്മ+ന്യവ-ഗതേ ചിരമ് .
ഭവതീതി നര+സ്യേഹ മോഹ+സ്യാവ-സരഃഖ് കുതഃ .. 21

അപരി+ജ്ഞാത-സാരേ ഹി/ മനോ്+ന്തർ-യദി മു+ഹ്യതേ .
ജ്ഞാത-സാരേ+ ത്വസംൻ ദിഗ്ധ/മസതീ കില മൂഢതാ .. 22

ഹേ ജനാ അപരി+ജ്ഞാത ആത്മാ വോ ദുഃഖ-സിദ്ധയേ .
പരി+ജ്ഞാതസ്/ത്വനന്തായ സുഖാ-യോപ-ശമായ ച .. 23

മിശ്രീ-ഭൂത-മിവാനേന ദേഹേ-നോപ-ഹതാ+ത്മനാ .
വ്യക്തീ-കൃത്യ+ സ്വമാ+ത്മാനം സ്വസ്ഥാ ഭവത മാ ചിരമ് .. 24

ദേഹേ-നാസ്യ ന സംബന്ധോ/ മനാ-ഗേവാ-മലാ+ത്മനഃ .
ഹേമ്നഃഥ് പങ്കല-വേനേവ തദ്/ഗത+സ്യാപി മാനവാഃ .. 25

പൃഥ-ഗാത്മാ/ പൃഥഗ്/ദേഹീ /ജലപദ്മ-ലവോ/പമൗ .
ഊർധ്വ-ബാഹുർ/വിരൗ/+മ്യേഷ/ ന ച കശ്ചി+ച്ഛൃണോതി മേ .. 26

ജഡ-ധർമി മനോ യാവദ്/ഗർത-കച്ഛപ-വത്-സ്ഥിതമ് .
ഭോഗമാർഗ-വദാ-മൂഢം വിസ്/മൃതാ+ത്മ/വിചാരണമ് .. 27

താവത്-സംസാര-തിമിരം സേന്ദു-നാപി സവ+ഹ്നിനാ .
അർക+ദ്വാദശ-കേനാപി മനാ-ഗപി ന ഭിദ്യതേ .. 28

സംപ്ര-ബുദ്ധേ ഹി മനസി+ സ്വാം വിവേച-യതി+ സ്ഥിതിമ് .
നൈശ-മർകോ-ദയ ഇവ തമോ ഹാർദം പലായതേ .. 29

നിത്യ-മുത്തമ-ബോധായ/ യോഗ-ശ+യ്യാ-ഗതം മനഃ .
ബോധയേദ്/ഭവ-ഭേദായ ഭവോ+ ഹ്യ+ത്യന്ത-ദുഃഖദഃ .. 30

യഥാ രജോഭിർ/ഗഗനംയ് യഥാ കമല-മമ്/ബുഭിഃ .
ന ലിപ്യതേ ഹി സംശ്ലിഷ്ടൈർ/ദേഹൈ-രാത്മാ തഥൈവ ച .. 31

കർദ-മാദി യഥാ+ ഹേമ്നാ+ ശ്ലിഷ്ടി-മേതി പൃഥക്/സ്ഥിതമ് .
നാന്തഃഫ്-പരിണതിംയ് യാതി ജഡോ ദേഹസ്/തഥാത്മനാ .. 32

സുഖ-ദുഃഖാനു-ഭാവിത്വ-മാത്മ-നീ+ത്യവ-ബുധ്യതേ .
അസത്യ-മേവ ഗഗനേ/ ബിന്ദുതാ+മ്ലാനതേ യഥാ .. 33

സുഖ-ദുഃഖേ ന ദേഹസ്യ സർവാ-തീതസ്യ നാത്മനഃ .
ഏതേ+ ഹ്യജ്ഞാന-ക+സ്യൈവ തസ്മി+ന്നഷ്ടേ ന കസ്യചിത് .. 34

ന കസ്യ-ചിത്-സുഖംങ്ങ് കിംചിദ്/ദുഖംഞ്ച് ച നച ക+സ്യചിത് .
സർവ-മാത്മ-മയം ശാന്ത/മനന്തം പശ്യ രാഘവ .. 35

ഇമാ യാഃഫ് പരി-ദൃ+ശ്യന്തേ വിതതാഃസ് സൃഷ്ടി-ദൃഷ്ടയഃ .
പയസീവ തരങ്/ഗാസ്തേ/ പിച്ഛംവ് വ്യോമ്നീവ ചാത്മനി .. 36

യഥാ മണിർ/ദദാ+ത്യാത്മ/+ച്ഛായാഃസ് സ്വയമ-കാരണമ് .
തേജോമയീസ്/തഥൈവായ/മാത്മാ സൃഷ്ടീഃഫ് പ്രയച്ഛതി .. 37

ആത്മാ ജഗച്ച സുമതേ നൈകംൻ ന+ ദ്വൈതമ+പ്യസത് .
ആഭാസ-മാത്ര-മേവേദ/മിത്ഥം സംപ്രതി ജൃമ്ഭതേ .. 38

സമസ്തംങ്ങ് ഖല്വിദം ബ്രഹ്മ സർവ-മാത്-മൈവ-മാതതമ് .
അഹ-മന്യ-ദിദംഞ്ച് ചാന്യ/ദിതി+ ഭ്രാന്തിംൻ ത്യജാനഘ .. 39

തതേ+ ബ്രഹ്മ-ഘനേ നിത്യേ/ സംഭവന്തി ന കല്പനാഃ .
വി+ച്ഛി+ത്തയഃഫ് പയോ/രാശൗ/ യഥാ രാമ ന സന്മയാഃ .. 40

ഏകസ്മി+ന്നേവ സർവസ്മിൻ/പര-മാത്മനി വസ്തുനി .
ദ്വിതീയാ കല്പനാ നാസ്തി/ വഹ്നൗ ഹിമകണാ യഥാ .. 41

ഭാവയ+ന്നാത്മനാ+ത്മാനംഞ്ച് ചിദ്രൂപേ/ണൈവ ചി+ന്മയമ് .
ഋജൂ+ജ്ജ്വല-മയേ+ ഹ്യാത്മാ+ സ്വയ-മാത്മനി ജൃമ്ഭതേ .. 42

ന ശോകോസ്തി ന മോഹോസ്തി/ ന ജന്മാസ്തി ന ജന്മവാൻ .
യദസ്/തീഹ തദേ-വാസ്തി വി+ജ്വരോ ഭവ രാഘവ .. 43

നിർ+ദ്വ+ന്ദ്വോ നിത്യ-സ+ത്ത്വ+സ്ഥോ/ നിര്യോഗ+ക്ഷേമ ആത്മവാൻ .
അ+ദ്വിതീയോ വിശോ-കാത്മാ വി+ജ്വരോ ഭവ രാഘവ .. 44

സമഃസ് സ്വസ്ഥഃസ് സ്ഥിര-മതിഃശ് ശാന്ത-ശോക-മനാ മുനിഃ .
മൗനീ വരമണി+സ്വ+ച്ഛോ വി+ജ്വരോ ഭവ രാഘവ .. 45

വിവിക്തഃശ് ശാന്ത-സംകല്പോ ധീരധീർ/വിജിതാ-ശയഃ .
യഥാ+പ്രാപ്താനു-വർതീ ച/ വി+ജ്വരോ ഭവ രാഘവ .. 46

വീതരാഗോ നിരായാസോ വിമലോ വീത-കല്മഷഃ .
നാദാ-താന പരി+ത്യാഗീ വി+ജ്വരോ ഭവ രാഘവ .. 47

വി+ശ്വാതീത-പദം പ്രാപ്തഃഫ് പ്രാപ്ത+പ്രാപ്ത+വ്യ/പൂരിതഃ .
പൂർണാർ/ണവ/വദ+ക്ഷുബ്ധോ വിജ്വരോ ഭവ രാഘവ .. 48

വികല്പ-ജാല-നിർമുക്തോ മായാ+ഞ്ജന-വിവർജിതഃ .
ആത്മ-നാത്മനി തൃപ്താത്മാ വി+ജ്വരോ ഭവ രാഘവ .. 49

അനന്താ-പാര-പ+ര്യന്ത/വപുരാ-ത്മ-വിദാംവര .
ധരാധര-ശിരോ-ധീരോ വിജ്വരോ ഭവ രാഘവ .. 50

യഥാ+പ്രാപ്താനു-ഭവനാത്-സർവ+ത്രാ/നഭിവാഞ്ച്-ഛനാത് .
ത്യാഗാ-ദാന-പരി+ത്യാഗാ+ദ്വി+ജ്വരോ ഭവ രാഘവ .. 51

ആത്മ+ന്യേവാ-ത്മനൗ/ദാര്യം ഭജ പൂർണ-മിവാർണവഃ .
ആത്മ+ന്യേവാ+ത്മനാ+ഹ്ലാദം ഭജ പൂർണേന്ദു /ബിമ്ബ/വത് .. 52

വിശ്വ+പ്രപഞ്ച-രചനേയ-മസ+ത്യ-രൂപാ
നാസത്യ-രൂപ-മനു-ധാവതി രാമ തജ്-ജ്ഞഃ .
തജ്-ജ്ഞോഽസി ശാന്ത-കലനോഽസി നിരാമ-യോഽസി
നിത്യോദി/തോഽസി ഭവ സുന്ദര ശാന്ത-ശോകഃ ..53

ഏകാത-പത്രമ-വനൗ/ ഗുരുണോപ-ദിഷ്ടം
സമ്യക്സു/പാലയ ചിരം സമയേഹ ദൃഷ്ട്യാ .
രാജ്യം സമസ്ത-ഗുണ-രഞ്ജിത-രാജ-ലോകസ്-
ത്വാശോ ന യുക്ത/ഇഹ കർമസു നാപി രാഗഃ .. 54

ഇ+ത്യാർഷേ ശ്രീവാസിഷ്ഠ-മഹാരാമായണേ വാല്മീകീയേ മോക്ഷോ-പായേഷു
ഉപശമ+പ്രകരണേ+ പ്രശ-മോപ-ദേശോ നാമ പഞ്ചമഃസ് സർഗഃ .. 5 ..
ഓം
****
CHECKED BY GURU P.R.IYER
22.10.2023